

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Meningkatkan Kesadaran Perilaku Sehat Masyarakat di Kelurahan Hadimulyo Barat

Rilyani¹⁾, Muhammad Zaki Alfansuri²⁾, Uni Safitri³⁾, Dafa Yoesseri⁴⁾, Ali Hufron⁵⁾, Alya Muthirna Filisani⁶⁾

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Malahayati, Indonesia.

Email: rilyani@malahayati.ac.id¹, zakialfan303@gmail.com², unisafitri93@gmail.com³, dafa.yoesseri0@gmail.com⁴, alihufron513@gmail.com⁵, alydims3@gmail.com⁶

Correspondence : dafa.yoesseri0@gmail.com*

Abstract: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is really important for boosting public health awareness and preventing diseases. The aim of this community service was to help people in Hadimulyo Barat Subdistrict, Metro City, understand PHBS better. KKL-PPM Group 04 from Malahayati University ran the program using a participatory qualitative descriptive approach. This included initial coordination, interactive counseling, discussions, hand-washing demos, and evaluating through observations and feedback. The results showed that residents got more involved and understood PHBS indicators like waste management, mosquito larvae prevention (3M Plus), clean water sanitation, and smoke-free homes much better. The activity highlighted that hands-on education helps raise health awareness, but keeping PHBS going needs support from families, health volunteers, and local authorities.*

Abstrak : *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya penting untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat dan mencegah penyakit. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang PHBS di Kelurahan Hadimulyo Barat, Kota Metro. KKL-PPM Kelompok 04 di Universitas Malahayati melaksanakan kegiatan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif partisipatif. Koordinasi awal, penyuluhan interaktif, diskusi, demonstrasi cuci tangan, dan evaluasi kualitatif melalui observasi dan umpan balik adalah semua bagian dari pelaksanaan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa warga lebih terlibat secara aktif dan lebih memahami indikator PHBS seperti pengelolaan sampah, pencegahan jentik nyamuk (3M Plus), sanitasi air bersih, dan rumah bebas asap rokok. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi partisipatif meningkatkan kesadaran kesehatan warga, tetapi keberlanjutan PHBS membutuhkan dukungan dari keluarga, kader kesehatan, dan pemerintah setempat.*

Keywords: *Community Awareness, Health Education, Healthy Behavior, PHBS, Public Health*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu fondasi utama dalam mendukung kualitas hidup dan produktivitas masyarakat. Upaya meningkatkan kesehatan tidak hanya bergantung pada pelayanan pengobatan di fasilitas kesehatan, tetapi juga dipengaruhi oleh kebiasaan individu, perilaku keluarga, kondisi lingkungan, serta kemampuan masyarakat dalam mencegah faktor risiko penyakit. Oleh karena

itu, promosi kesehatan yang mendorong masyarakat untuk membangun kebiasaan sehat secara mandiri menjadi bagian penting dalam upaya peningkatan derajat kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk perilaku kesehatan yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga individu, keluarga, dan masyarakat mampu menjaga kesehatan serta berperan aktif menciptakan lingkungan yang sehat. (Kasrudin et al., 2021) PHBS mencakup berbagai kebiasaan yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, seperti menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menggunakan jamban sehat, mengelola sampah, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, melakukan aktivitas fisik, mencegah berkembangnya jentik nyamuk, dan menjaga lingkungan rumah dari asap rokok. (Marisda et al., 2021; Juminten et al., 2022)

Permasalahan PHBS pada dasarnya bukan hanya persoalan mengetahui atau tidak mengetahui suatu perilaku, tetapi juga berkaitan dengan konsistensi penerapannya. Pengetahuan yang baik perlu didukung oleh sikap, kebiasaan, ketersediaan sarana, dukungan keluarga, dan lingkungan sosial. Penelitian Sari et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara pengetahuan serta sikap dengan PHBS. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa peningkatan pemahaman merupakan salah satu bagian penting dalam proses pembentukan perilaku sehat.

Edukasi kesehatan dapat menjadi sarana untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai PHBS. (Silvy Harahap et al., 2024) Penyampaian informasi melalui penyuluhan akan lebih mudah diterima apabila disertai komunikasi dua arah, contoh konkret, demonstrasi, dan kesempatan bagi peserta untuk menyampaikan pengalaman. Kegiatan edukasi dan simulasi mengenai cuci tangan juga telah digunakan dalam penguatan PHBS. (Elvina et al., 2023 ; Juminten et al., 2022) Kegiatan pengabdian lain menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai PHBS dapat diarahkan pada keluarga, anak, maupun kelompok masyarakat dengan menyesuaikan materi terhadap kondisi sasaran. (Perdana et al., 2024)

Kelurahan Hadimulyo Barat, Kecamatan Metro Pusat, Kota Metro, menjadi lokasi pelaksanaan kegiatan KKL-PPM Kelompok 04 Universitas Malahayati. Berdasarkan pengamatan awal tim, terdapat variasi pemahaman warga mengenai PHBS. Sebagian warga telah memiliki kebiasaan menjaga kebersihan, tetapi beberapa aspek masih memerlukan penguatan, terutama pemahaman mengenai pengelolaan sampah rumah tangga, pemberantasan jentik nyamuk melalui 3M Plus, kebersihan air dan sanitasi, serta dampak asap rokok bagi keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya edukasi yang tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga menghubungkan materi dengan situasi nyata yang dihadapi masyarakat. (Waluyo et al., 2023)

Pengelolaan lingkungan merupakan bagian penting dalam penerapan PHBS. Lingkungan yang kurang terawat dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah kesehatan, sedangkan kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan dapat menjadi tindakan pencegahan yang sederhana dan dapat

dilakukan bersama. Karena itu, materi kegiatan tidak hanya diarahkan pada kebersihan diri, tetapi juga pada kebersihan rumah, pengelolaan sampah, penggunaan air bersih, sanitasi, serta pencegahan tempat berkembang biaknya nyamuk.(Hijriana et al., 2023)

Kegiatan edukasi PHBS sebelumnya memperlihatkan bahwa penyuluhan, diskusi, demonstrasi, dan pendampingan dapat digunakan sebagai pendekatan untuk memperkuat pemahaman masyarakat. (Addin et al., 2021) menekankan pentingnya edukasi mengenai PHBS, sedangkan kegiatan yang menggunakan demonstrasi cuci tangan menunjukkan bahwa praktik langsung dapat memperjelas pesan kesehatan. (Hasibuan et al., 2023) Kegiatan pada tingkat keluarga juga penting karena rumah merupakan lingkungan pertama tempat kebiasaan kesehatan dibentuk dan dipertahankan. (Perdana et al., 2024)

Keunggulan kegiatan ini terletak pada pendekatan edukasi partisipatif yang menggabungkan penyuluhan, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Masyarakat tidak hanya ditempatkan sebagai penerima materi, tetapi diberikan ruang untuk menyampaikan pertanyaan dan pengalaman mengenai kebiasaan kesehatan yang mereka lakukan. Evaluasi kegiatan dilakukan secara kualitatif sehingga perhatian diarahkan pada respons, keterlibatan, pertanyaan, dan pemahaman yang terlihat selama proses kegiatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan edukasi PHBS dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pemahaman warga mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, memperkuat kesadaran mengenai pencegahan penyakit, serta mendorong penerapan kebiasaan sehat dalam keluarga dan lingkungan. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk membangun kebiasaan yang berkelanjutan melalui dukungan kader kesehatan, tokoh masyarakat, keluarga, dan unsur pemerintahan kelurahan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan edukasi partisipatif. Metode tersebut digunakan untuk menggambarkan proses pelaksanaan kegiatan, respons peserta, bentuk keterlibatan masyarakat, pemahaman terhadap materi PHBS, serta berbagai pertanyaan dan tanggapan yang muncul selama kegiatan. Evaluasi dilakukan secara kualitatif karena kegiatan diarahkan untuk menggambarkan proses dan respons masyarakat, bukan untuk menguji perbedaan skor secara statistik.

Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Hadimulyo Barat, Kecamatan Metro Pusat, Kota Metro, Provinsi Lampung, pada bulan Juli 2026. Sasaran kegiatan terdiri atas warga masyarakat, khususnya ibu rumah tangga, kepala keluarga, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat. Sasaran dipilih karena keluarga

dan tokoh masyarakat memiliki peran penting dalam pembentukan kebiasaan sehat dan penyebaran informasi kesehatan di lingkungan.

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi tim KKL-PPM dengan pihak kelurahan dan unsur masyarakat. Koordinasi dilakukan untuk menyampaikan tujuan kegiatan, menentukan bentuk pelaksanaan, mengenali kondisi lingkungan, serta mengidentifikasi materi yang relevan dengan kebutuhan warga. Tim kemudian melakukan pengamatan awal terhadap kondisi lingkungan dan menyiapkan bahan penyuluhan, media visual, alat peraga, serta materi praktik mencuci tangan.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kegiatan kepada peserta. Materi kemudian diberikan secara interaktif mengenai pengertian PHBS, tujuan, manfaat, indikator PHBS, risiko lingkungan yang kurang bersih, serta penerapannya dalam keluarga dan lingkungan. Materi juga membahas mencuci tangan dengan sabun, air bersih, sanitasi dan jamban sehat, gizi seimbang, aktivitas fisik, pengelolaan sampah, rumah bebas asap rokok, serta pencegahan jentik nyamuk melalui 3M Plus.(Yasmine Raudah & Fadhila, 2023)

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Peserta diberi kesempatan menyampaikan pengalaman, masalah, dan pertanyaan yang berkaitan dengan PHBS. Sesi tersebut digunakan untuk memperjelas materi sekaligus mengetahui persoalan yang dianggap paling dekat dengan kehidupan warga. Tim kemudian melaksanakan demonstrasi mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dengan memperagakan tahapan secara langsung.

Evaluasi dilakukan selama dan setelah kegiatan melalui observasi terhadap kehadiran, perhatian, antusiasme, pertanyaan, serta keterlibatan peserta dalam diskusi dan demonstrasi. Umpan balik juga diperoleh melalui wawancara singkat dengan tokoh masyarakat dan kader kesehatan. Evaluasi tidak menggunakan pretest dan posttest, sehingga hasil kegiatan tidak dinyatakan dalam bentuk persentase peningkatan pengetahuan. Temuan kemudian dikelompokkan berdasarkan respons peserta, pemahaman terhadap indikator PHBS, keterkaitan materi dengan masalah sehari-hari, dan kebutuhan tindak lanjut.

Dokumentasi berupa foto dan catatan kegiatan digunakan sebagai data pendukung untuk menggambarkan rangkaian pelaksanaan. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan kondisi dan respons yang terlihat selama kegiatan dengan tujuan edukasi serta hasil kegiatan pengabdian sebelumnya yang relevan.

Tabel 1. Matriks Tahapan dan Metode Pelaksanaan Kegiatan Edukasi PHBS

NO	Tahapan Kegiatan	Bentuk Aktivitas Utama	Indikator Evaluasi Kualitatif
1.	Persiapan	Koordinasi kelurahan, survei lokasi, & penyusunan media visual	Tersusunnya modul edukasi & kesiapan sarana sosialisasi
2.	Pelaksanaan	Penyampaian materi interaktif, demonstrasi CTPS, & diskusi	Antusiasme, kehadiran, & keterlibatan aktif peserta
3.	Evaluasi	Observasi respons partisipatif & wawancara umpan balik	Pemahaman indikator PHBS & catatan kendala lapangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi antara tim KKL-PPM Kelompok 04 Universitas Malahayati dengan pihak Kelurahan Hadimulyo Barat. Koordinasi menjadi tahap penting karena kegiatan edukasi masyarakat perlu disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik sasaran. Melalui koordinasi, tim memperoleh gambaran mengenai lingkungan tempat kegiatan, kelompok masyarakat yang dapat dilibatkan, serta bentuk penyampaian materi yang memungkinkan berlangsung secara interaktif.

Pengamatan awal juga digunakan untuk menentukan materi yang perlu mendapat penekanan. Tim melihat bahwa PHBS memiliki cakupan yang luas sehingga materi perlu disusun secara sederhana dan dekat dengan kehidupan warga. Pembahasan kemudian diarahkan pada kebiasaan yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah, seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan air dan sanitasi, mengelola sampah, menjaga rumah bebas asap rokok, serta melakukan pencegahan jentik nyamuk. (Suryanto et al., 2021)

Pada tahap persiapan, tim menyusun bahan presentasi dan media visual yang digunakan sebagai alat bantu. Media tersebut digunakan agar peserta dapat mengikuti penjelasan secara lebih mudah. Materi tidak hanya berisi pengertian PHBS, tetapi juga menjelaskan alasan pentingnya setiap perilaku, manfaatnya, risiko apabila diabaikan, dan tindakan sederhana yang dapat dilakukan. Penyusunan materi dengan contoh kehidupan sehari-hari dimaksudkan agar pesan tidak bersifat abstrak.

Persiapan juga mencakup penyiapan alat peraga untuk demonstrasi mencuci tangan. Pemilihan praktik tersebut didasarkan pada kebutuhan untuk mengubah penyampaian yang bersifat teoritis menjadi pengalaman yang dapat dilihat secara langsung. Pendekatan edukasi yang menggunakan simulasi telah digunakan dalam kegiatan PHBS sebelumnya dan dapat membantu peserta memahami tindakan kesehatan secara lebih konkret. (Eka Setia Ningrum et al., 2023)



Gambar 1 Tim Pengabdian Masyarakat

Kegiatan dilanjutkan dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kepada peserta. Tim menjelaskan bahwa PHBS bukan hanya mengenai kebersihan diri, tetapi merupakan rangkaian kebiasaan yang berhubungan dengan kesehatan keluarga dan lingkungan. Penjelasan awal ini digunakan untuk membangun pemahaman bahwa tindakan sederhana yang dilakukan setiap hari memiliki hubungan dengan upaya mencegah penyakit.(Fadlilah et al., 2023)

Materi pertama membahas pengertian dan tujuan PHBS. Peserta diarahkan untuk memahami bahwa perilaku sehat perlu dilakukan secara sadar dan berulang sehingga menjadi kebiasaan. PHBS tidak berhenti pada pengetahuan mengenai kebersihan, tetapi mencakup penerapan tindakan yang dapat menjaga kesehatan individu, keluarga, dan masyarakat. Pemahaman tersebut sejalan dengan konsep edukasi PHBS sebagai upaya membangun masyarakat yang produktif dan mampu menjaga kesehatan secara mandiri. Materi berikutnya membahas manfaat PHBS bagi individu, keluarga, dan lingkungan. Pada tingkat individu, kebiasaan hidup bersih dapat membantu menjaga kebugaran dan kenyamanan. Pada tingkat keluarga, kebiasaan sehat dapat membentuk lingkungan rumah yang lebih aman dan mendukung kesehatan anggota keluarga. Pada tingkat masyarakat, kebiasaan menjaga kebersihan dan lingkungan dapat membantu mengurangi faktor risiko penyakit berbasis lingkungan.

Tim kemudian menjelaskan beberapa indikator PHBS yang paling dekat dengan kehidupan warga. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dijelaskan sebagai kebiasaan yang perlu dilakukan pada waktu yang tepat. Air bersih dan sanitasi dibahas dari sisi penggunaannya dalam kehidupan sehari-hari. Peserta juga mendapatkan penjelasan mengenai pentingnya jamban sehat, makanan bergizi seimbang, aktivitas fisik, pengelolaan sampah, rumah bebas asap rokok, dan pencegahan jentik nyamuk.

Materi mengenai sampah diarahkan pada kesadaran bahwa sampah rumah tangga merupakan bagian dari tanggung jawab keluarga. Sampah yang dibiarkan menumpuk dapat mengganggu kebersihan, menimbulkan bau, dan berpotensi menjadi sumber masalah lingkungan. Peserta didorong untuk membiasakan pengelolaan sampah secara lebih tertib dan menjaga lingkungan rumah agar tidak menjadi tempat berkembangnya berbagai sumber penyakit. Materi mengenai pemberantasan jentik nyamuk melalui 3M Plus juga mendapat perhatian. Tim menjelaskan pentingnya memeriksa tempat penampungan air, membersihkan wadah yang berpotensi menjadi tempat berkembang biak nyamuk, dan melakukan tindakan pencegahan tambahan. Pembahasan tersebut disesuaikan dengan situasi lingkungan dan musim sehingga peserta dapat mengaitkannya dengan kegiatan yang dapat dilakukan secara rutin di rumah.(Siregar et al., 2024)

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Sesi ini menjadi bagian penting karena peserta dapat menyampaikan persoalan yang mereka temui dalam kehidupan sehari-hari. Respons peserta menunjukkan bahwa materi yang disampaikan memiliki hubungan dengan kebutuhan nyata masyarakat. Pertanyaan tidak hanya meminta pengulangan materi, tetapi juga mengarah pada cara penerapan di lingkungan rumah. Salah satu pembahasan yang muncul berkaitan dengan pengelolaan sampah rumah tangga. Peserta membicarakan cara menjaga agar sampah tidak menumpuk dan bagaimana kebiasaan keluarga dapat memengaruhi kondisi lingkungan. Diskusi tersebut memperlihatkan bahwa pengelolaan sampah dapat menjadi pintu masuk untuk membangun kesadaran PHBS secara lebih luas karena kebersihan rumah dan lingkungan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan.

Pertanyaan lain berkaitan dengan jentik nyamuk dan pencegahan penyakit. Peserta menunjukkan perhatian terhadap tempat-tempat yang dapat menjadi lokasi berkembangnya nyamuk. Tim kemudian memperjelas kembali prinsip 3M Plus dan menekankan pentingnya pemeriksaan lingkungan secara rutin. Pendekatan ini membuat peserta tidak hanya mengetahui istilah 3M Plus, tetapi memahami tindakan yang dapat dilakukan secara langsung. Topik rumah bebas asap rokok juga menjadi bagian dari diskusi. Tim menjelaskan bahwa lingkungan rumah yang sehat perlu memperhatikan kualitas udara dan perlindungan anggota keluarga. Pembahasan dilakukan dengan pendekatan edukatif agar peserta dapat melihat dampak kebiasaan merokok terhadap lingkungan keluarga dan mempertimbangkan langkah yang dapat dilakukan untuk mengurangi paparan asap rokok.(Susilawati et al., 2023)

Diskusi menunjukkan bahwa masyarakat memiliki pengetahuan awal yang beragam. Sebagian peserta telah menerapkan beberapa perilaku sehat, sementara peserta lainnya masih membutuhkan penguatan informasi. Kondisi ini memperlihatkan pentingnya edukasi yang tidak bersifat menggurui, tetapi memberikan ruang bagi masyarakat untuk menyampaikan pengalaman dan kemudian menghubungkannya dengan informasi kesehatan yang tepat.

Demonstrasi mencuci tangan menjadi bagian praktik dari kegiatan edukasi. Tim memperagakan tahapan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, kemudian menjelaskan bagian tangan yang perlu dibersihkan. Praktik ini dimaksudkan untuk memperkuat materi yang sebelumnya telah disampaikan secara verbal. Peserta dapat melihat secara langsung bagaimana tindakan tersebut dilakukan sehingga lebih mudah mengingat urutannya.

Demonstrasi juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk menghubungkan perilaku cuci tangan dengan aktivitas sehari-hari. Kebiasaan mencuci tangan perlu dilakukan pada waktu yang sesuai, terutama sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas yang menyebabkan tangan kotor. Edukasi dan simulasi cuci tangan telah banyak digunakan sebagai bagian dari promosi PHBS dan pencegahan penularan penyakit. Pelaksanaan demonstrasi menunjukkan bahwa metode praktik dapat menciptakan suasana kegiatan yang lebih aktif. Peserta tidak hanya mendengar penjelasan, tetapi memperhatikan contoh tindakan yang diberikan. Hal tersebut menjadi salah satu bentuk pembelajaran pengalaman yang dapat memperkuat pemahaman dan mengingatkan kembali pentingnya kebersihan tangan.

Materi air bersih dan sanitasi diarahkan pada kebiasaan yang dilakukan setiap hari. Tim menjelaskan bahwa air yang digunakan untuk kebutuhan rumah tangga perlu diperhatikan kebersihan dan keamanannya. Selain itu, penggunaan jamban sehat dan kebersihan lingkungan sekitar jamban merupakan bagian dari upaya menjaga sanitasi. Pembahasan gizi juga diberikan untuk memperluas pemahaman bahwa PHBS tidak hanya berkaitan dengan kebersihan. Konsumsi makanan yang beragam dan bergizi, disertai aktivitas fisik yang cukup, merupakan bagian dari kebiasaan yang mendukung kesehatan. Peserta diarahkan untuk melihat PHBS sebagai pola hidup yang mencakup berbagai aspek, bukan sebagai satu tindakan yang berdiri sendiri.

Pendekatan yang menggabungkan kebersihan, sanitasi, gizi, aktivitas fisik, dan lingkungan membuat materi lebih komprehensif. Masyarakat dapat memahami bahwa kesehatan keluarga dipengaruhi oleh berbagai kebiasaan yang saling berhubungan. Edukasi seperti ini sesuai dengan prinsip promosi kesehatan yang menempatkan masyarakat sebagai pelaku utama dalam menjaga kesehatannya.

Secara umum, kegiatan memperoleh respons positif dari masyarakat. Peserta mengikuti kegiatan dengan tertib dan menunjukkan perhatian selama penyampaian materi. Keaktifan juga terlihat dari munculnya pertanyaan yang berkaitan dengan masalah lingkungan dan kebiasaan keluarga. Hal ini menjadi indikator kualitatif bahwa topik yang disampaikan dianggap relevan oleh peserta. Partisipasi tidak hanya terlihat pada sesi tanya jawab, tetapi juga pada saat demonstrasi. Peserta memperhatikan tahapan yang diperagakan dan mengikuti penjelasan mengenai kebersihan tangan. Pola interaksi tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan metode yang bervariasi dapat membantu mempertahankan perhatian peserta selama kegiatan.

Keterlibatan masyarakat menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan pengabdian. Penyuluhan yang hanya menggunakan metode ceramah berpotensi membuat peserta menjadi penerima pasif. Sebaliknya, diskusi dan demonstrasi membuka ruang bagi peserta untuk mengemukakan pengalaman, bertanya, dan memperoleh penjelasan sesuai kebutuhan. Temuan ini sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian PHBS yang menggunakan pendekatan edukasi dan praktik sebagai bagian dari proses pembelajaran.

Evaluasi dilakukan selama dan setelah kegiatan melalui observasi dan umpan balik. Tim memperhatikan kehadiran, perhatian, respons, pertanyaan, dan keterlibatan peserta. Wawancara singkat dengan tokoh masyarakat dan kader kesehatan juga digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai penerimaan kegiatan dan kebutuhan keberlanjutan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa materi dapat diterima oleh peserta dan mampu memunculkan pembahasan mengenai persoalan kesehatan yang dekat dengan kehidupan warga. Peserta dapat menyebutkan kembali beberapa indikator PHBS dan menghubungkan tindakan tersebut dengan pencegahan penyakit. Pemahaman tersebut terlihat terutama pada diskusi mengenai cuci tangan, pengelolaan sampah, pemberantasan jentik, sanitasi, dan rumah bebas asap rokok.

Namun, hasil evaluasi perlu dipahami secara proporsional. Kegiatan ini tidak menggunakan pretest dan posttest sehingga tidak tersedia data numerik untuk menyatakan besarnya peningkatan pengetahuan. Temuan yang diperoleh merupakan hasil evaluasi kualitatif berdasarkan observasi, diskusi, pertanyaan, demonstrasi, dan umpan balik peserta. Dengan demikian, kegiatan dapat dinyatakan memberikan respons dan pemahaman yang positif, tetapi perubahan perilaku jangka panjang masih memerlukan pemantauan lanjutan. Evaluasi juga menunjukkan pentingnya keberlanjutan. Materi PHBS akan lebih mudah dipertahankan apabila terdapat pengingat dan dukungan dari kader kesehatan, tokoh masyarakat, keluarga, serta kegiatan rutin warga. Penguatan dapat dilakukan melalui pertemuan masyarakat, kegiatan kesehatan, kerja bakti, media informasi, dan komunikasi kelompok. Pemanfaatan media digital juga dapat menjadi pelengkap karena informasi PHBS dapat dibagikan kembali dalam bentuk materi visual dan pesan singkat.

Hasil kegiatan memperkuat temuan bahwa edukasi merupakan salah satu pendekatan penting dalam meningkatkan pemahaman mengenai PHBS. (Marisda et al., 2021) menunjukkan pentingnya edukasi PHBS dalam membangun masyarakat yang produktif. Sementara itu, (Juminten et al., 2022) menunjukkan penggunaan edukasi dan simulasi dalam pembelajaran perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam kegiatan di Hadimulyo Barat, pendekatan serupa dikembangkan dengan menambahkan diskusi dan tanya jawab sehingga masyarakat dapat menyampaikan persoalan yang mereka hadapi.

Temuan mengenai pentingnya praktik langsung juga sejalan dengan (Hasibuan et al., 2023), yang menempatkan cuci tangan sebagai materi yang dapat diberikan melalui edukasi dan praktik. Kegiatan

ini menunjukkan bahwa demonstrasi sederhana dapat menjadi penghubung antara pengetahuan dan tindakan. Pada tingkat keluarga dan masyarakat, kegiatan ini juga sejalan dengan (Perdana et al., 2024), yang menempatkan rumah tangga sebagai sasaran penting edukasi PHBS. Perbedaan kegiatan ini terletak pada konteks sasaran dan fokus evaluasi. Kegiatan di Hadimulyo Barat tidak diarahkan pada pengukuran kuantitatif, tetapi pada penggambaran proses, respons, dan pemahaman peserta selama kegiatan berlangsung. Secara keseluruhan, kegiatan menunjukkan bahwa edukasi PHBS akan lebih bermakna ketika materi dikaitkan dengan masalah nyata, disampaikan melalui metode yang bervariasi, dan memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk berpartisipasi. Hal tersebut dapat menjadi dasar bagi kegiatan lanjutan yang lebih terukur dan berkelanjutan.

Keberlanjutan merupakan bagian penting dari kegiatan edukasi karena perubahan perilaku membutuhkan proses yang berlangsung secara terus-menerus. Setelah kegiatan KKL-PPM selesai, penerapan PHBS diharapkan tidak berhenti pada saat penyuluhan, tetapi diteruskan melalui kebiasaan keluarga dan kegiatan masyarakat. Kader kesehatan dapat berperan sebagai pengingat dan penyampai informasi, sedangkan tokoh masyarakat dapat membantu membangun dukungan sosial. Materi yang telah disampaikan juga dapat digunakan kembali dalam kegiatan masyarakat. Media visual, bahan presentasi, dan pesan-pesan singkat mengenai PHBS dapat disebarluaskan melalui saluran komunikasi warga. Penguatan dapat dilakukan dengan memasukkan pesan PHBS dalam kegiatan rutin seperti pertemuan warga, kegiatan posyandu, gotong royong, dan kegiatan lingkungan.

Untuk kegiatan berikutnya, evaluasi dapat dikembangkan menggunakan instrumen sebelum dan sesudah edukasi agar perubahan pengetahuan dapat diukur secara kuantitatif. Pemantauan beberapa minggu atau bulan setelah kegiatan juga diperlukan untuk mengetahui apakah peserta benar-benar menerapkan kebiasaan yang telah dipelajari. Dengan cara tersebut, kegiatan edukasi dapat berkembang dari kegiatan penyampaian informasi menjadi program pembinaan perilaku yang berkelanjutan.

Tabel 2. Materi Edukasi dan Fokus Penerapan PHBS

No.	Materi Edukasi	Fokus Pembahasan	Bentuk Penerapan
1	Konsep PHBS	Pengertian, tujuan, manfaat, dan pentingnya kesadaran.	Mengenali PHBS sebagai kebiasaan sehari-hari.
2	Cuci tangan	Kebersihan tangan dan waktu penting mencuci tangan.	Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.
3	Air dan sanitasi	Air bersih, jamban sehat, dan kebersihan lingkungan.	Menjaga sumber air dan sanitasi rumah.
4	Gizi dan aktivitas fisik	Makanan bergizi dan aktivitas fisik rutin.	Menerapkan pola makan seimbang dan aktivitas fisik.

5	Pengelolaan sampah	Dampak sampah terhadap kebersihan dan kesehatan.	Mengelola sampah rumah tangga secara tertib.
6	3M Plus	Pencegahan tempat berkembang biak nyamuk.	Memeriksa dan membersihkan tempat penampungan air.
7	Rumah bebas asap rokok	Dampak asap rokok terhadap keluarga.	Mengurangi paparan asap rokok di lingkungan rumah.

Tabel 3. Temuan Evaluasi Kualitatif Kegiatan

No.	Aspek yang Diamati	Temuan Kegiatan	Makna Temuan
1	Kehadiran dan perhatian	Peserta mengikuti kegiatan dan menyimak materi.	Materi diterima dan dianggap relevan.
2	Keaktifan diskusi	Peserta mengajukan pertanyaan terkait masalah sehari-hari.	Peserta mampu menghubungkan materi dengan kondisi nyata.
3	Praktik CTPS	Peserta mengikuti demonstrasi dan memperhatikan tahapan.	Metode praktik membantu memperjelas materi.
4	Pemahaman indikator PHBS	Peserta dapat membahas cuci tangan, sanitasi, sampah, 3M Plus, dan rumah bebas asap rokok.	Terbentuk pemahaman mengenai beberapa indikator PHBS.
5	Kebutuhan tindak lanjut	Diperlukan penguatan melalui kader dan kegiatan warga.	Keberlanjutan membutuhkan dukungan lokal.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) oleh KKL-PPM Kelompok 04 Universitas Malahayati di Kelurahan Hadimulyo Barat telah dilaksanakan melalui persiapan, penyuluhan, diskusi, tanya jawab, demonstrasi mencuci tangan, dan evaluasi. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hasil evaluasi kualitatif menunjukkan bahwa masyarakat memberikan respons positif dan berpartisipasi aktif selama kegiatan. Peserta mengikuti penyampaian materi, berdiskusi, mengajukan pertanyaan mengenai pengelolaan sampah, pencegahan jentik nyamuk, air bersih, sanitasi, dan rumah bebas asap rokok. Kegiatan juga membantu masyarakat memahami hubungan antara kebiasaan hidup sehat, kebersihan lingkungan, dan pencegahan penyakit. Peserta turut mengikuti demonstrasi mencuci tangan sebagai salah satu praktik sederhana dalam penerapan PHBS.

Karena evaluasi tidak menggunakan pretest dan posttest, peningkatan pengetahuan tidak dapat dinyatakan dalam bentuk persentase atau uji statistik. Keberlanjutan penerapan PHBS perlu didukung oleh keluarga, kader kesehatan, tokoh masyarakat, dan pemerintah setempat. Evaluasi selanjutnya dapat menggunakan pretest dan posttest untuk mengukur perubahan pengetahuan secara lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Eka Setia Ningrum, S., Muhtarom, F., Nefa Natsya, A., Silviyatur Rohmah, R., Adi Pranata, D., & Maulana Malik Ibrahim Malang, U. (n.d.). *Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan respon siswa MI-Al-Ma'arif 05 Banjararum* (Vol. 2, Number 1). Retrieved <https://journal.uinsi.ac.id/index.php/TAFANI>
- Elvina, R., Eka, S., Harahap, P., Dakhi, Y. S., Adiputra, M., Nurhasanah, N., Abduh, M., Gizi, I., Kesehatan, I., Kesehatan, I., Utara, S., Komunikasi, I., Sosial, I., Gorontalo, U. N., Ekonomi, F., & Bisnis, D. (1151). Edukasi Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa untuk Pencegahan Transmisi penyakit di SDN Dirgantara. In *Universitas Esa Unggul 5 Jl. Jamin Ginting No* (Vol. 4, Number 6). Duri Kepa. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/MediaAbdimas/issue/view/140>
- Fadlilah, N., & Rahman Halim, A. (2023). *Higeia Journal Of Public Health Research And Development Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Nelayan Tradisional saat di Kapal Info Artikel*. <https://doi.org/10.15294/higeia/v7i2/65760>
- Hasibuan, A. S., Sahriani, H., Siregar, D. Y., Aufa, U., Di, R., & Padangsidempuan, K. (2023). Penyuluhan PHBS dan Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar di SD N 200411 Padangsidempuan. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)* (Vol. 5, Number 3).
- Hijriana, I., Luciana, L., Studi D-III Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Jabal Ghafur, S., & Lkr, J. (n.d.). *Edukasi Perilaku Phbs Melalui Cuci Tangan Dengan Memakai Sabun Sebagai Tindakan Pencegahan Transmisi Penyakit*. Retrieved <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Hikmah Marisda, D., Thahir, R., & Windasari, D. P. (2021). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Mewujudkan Masyarakat Yang Produktif*. 5(2). <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i2.4021>
- Juminten, J., Udu, W. S. A., Purnamasari, N. I., Sufiah Asri Mulyawati, & Saida, S. (2022). Implementation of a Clean and Healthy Lifestyle Through Education and Simulation on How to Wash Hands. *Mattawang: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 339–343. <https://doi.org/10.35877/454ri.mattawang1186>
- Kasrudin, I., Agus, F., Kurniawan, W., Meilansyah, I., Aulia, D., Tosepu, R., Kesehatan Masyarakat, F., Halu Oleo Correspondening Author Ramadhan Tosepu Fakultas Kesehatan Masyarakat, U., Halu Oleo JIHEA Mokodompit Anduonohu, U., & Tenggara, S. (n.d.). *Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Dalam Mendukung Gaya Hidup Sehat Masyarakat Kota Kendari Pada Masa Pandemic COVID-19*. Retrieved <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JK>
- Kesehatan, F., Waluyo, U. N., Putri, R. A., & Sofiyanti, I. (n.d.). *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE) Edukasi dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah*.

- Kesehatan, J., Perdana, S., Candra, E., Suryani, L., & Suryanti, D. (n.d.). *Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Rumah Tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Analysis of Clean and Healthy Behavior of Household Arrangements in the Working Area of Tanjung Agung Health Center*. <https://doi.org/10.32524/jksp.v6i1.824>
- Pengabdian Kepada Masyarakat, J., Addin, M. F., Setyono, W., Daffa, M. A., Akmal, M., & Suryanto, A. (2021). ABDIMAS Pentingnya Edukasi Mengenai Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. In *Abdimas* (Vol. 25, Number 2). <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/abdimas/>
- Silvy Harahap, A., Sartika Sari Dewi, S., Adnan Harahap, D., Yani Nasution, F., Tarangga Mulia Pane, G., Harahap, H., Zulaika, H., Yani Situmorang, I., Lestari, I., Rihadatul Aisyah Hasibuan, F., Eni Dalimunthe, F., Julianty Pulungan, N., Putra Natama Harahap, R., Putri Fauziah, M., Rahmi Sarah Nst, N., Rahmadani Pasaribu, N., & Suryaningsih, M. (n.d.). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Masyarakat Desa Kampung Lalang Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*.
- Siregar, M., Putri Romaito Harahap, S., Putri Nasution, A., Afriana Ritonga, L., Junita Harahap, L., Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, P., Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, U., & Tadris Biologi, P. (2024). *Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Kepada Anak Di Desa Sorik, Sumatera Utara* (Vol. 3, Number 1).
- Susilawati, E., Yanti,) ;, Hindratni, F., Poltekkes,), Riau, K., & Artikel, R. (n.d.). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Usia Dini Di Kelompok Bermain Mekar Sari Desa Pandau Jaya. In *Jl Melur* (Vol. 103). Retrieved <https://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/abdikes/index>
- Yasmine Raudah, N., & Fadhila, G. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Cuci Tangan Pakai Sabun) Untuk Meningkatkan Pemahaman Penyakit Menular. *Communnity Development Journal*, 4, 7974–7979.